BAB II

MEDIA INFORMASI TENTANG MANFAAT SUSU SAPI

2.1 Definisi Susu

Susu adalah cairan bergizi yang dihasilkan oleh mamalia. Yang termasuk mamalia diantaranya adalah sapi, kambing, kuda, kerbau dan lain-lain. Sebenarnya susu berfungsi untuk makanan bagi bayi sebelum dapat mencerna makanan padat, tapi karena banyak kegunaannya, maka susu pun dikonsumsi siapa saja, baik hewan ataupun manusia. Bagi manusia susu murni diperoleh dengan cara pemerahan.

Menurut M. Ikhsan Shiddiqie " Secara biologis, susu adalah sekresi fisiologis kelenjar ambing sebagai makanan dan proteksi imunologis bagi bayi mamalia".

Menurut Prof. Douglas Goff, seorang dairy scientist dari university of Guelph, Kanada, "Komposisi susu terdiri dari air, lemak susu, dan bahan kering tanpa lemak. Bahan kering tanpa lemak tersebut terdiri dari protein, laktosa, mineral, asam, enzim, gas, dan vitamin".

2.2 Komposisi Susu

Menurut Eniza Saleh (2004), susu memiliki komposisi yang bermanfaat, diantaranya adalah :

1. Air :

Susu mengandung air 87.90%, yang berfungsi sebagai bahan pelarut bahan kering. Air didalam air susu sebagian besar dihasilkan dari air yang diminum ternak sapi.

2 Lemak :

Susu merupakan suspensi alam antara air dan bahan terlarut didalamnya. Salah satu diantaranya adalah lemak. Kadar lemak didalam air susu adalah 3.45%. Kadar lemak sangat berarti dalam penentuan nilai gizi air susu. Bahan makanan hasil olahan dari bahan baku susu seperti mentega, keju, krim, susu kental dan susu bubuk banyak menagndung lemak.

Besar kecilnya butir lemak ditentukan oleh kadar air yang ada didalamnya. Makin banyak air maka makin besar globuler dan keadaan ini dikhawatirkan akan menjadi pecah. Bila globuler pecah maka air susu disebut pecah. Susu yang pecah tidak dapat dipisahkan lagi krimnya, dan tidak dapat dijadikan sebagai bahan makanan.

3. Protein :

Kadar protein didalam susu rata-rata 3.20% yang terdiri dari : 2.70% casein (bahan keju), dan 0.50% albumen. Berarti 26.50% dari bahan kering susu adalah protein. Didalam susu juga terdapat globulin dalam jumlah sedikit. Protein didalam susu juga merupakan penentu kualitas susu sebagai bahan konsumsi.

4. Laktosa :

Laktosa adalah bentuk karbohidrat yang terdapat didalam air susu. Bentuk ini tidak terdapat dalam bahan-bahan makanan yang lain. Kadar laktosa di dalam air susu adalah 4.60% dan ditemukan dalam keadaan larut.

Pemberian laktosa atau susu dapat menyebabkan mencret atau gangguan-gangguan perut bagi orang yang tidak tahan terhadap laktosa. Hal ini disebabkan kurangnya enzim laktase dalam mukosa usus.

4. Vitamin dan Enzim :

Kadar vitamin di dalam susu tergantung dari jenis makanan yang diperoleh ternak sapi dan waktu laktasinya. Vitamin yang terdapat didalam lemak disebut ADEK, dan vitamin yang larut didalam susu, tergolong vitamin B komplek, vitamin C,Vitamin A, provitamin A dan vitamin D. Vitamin yang larut didalam susu yang terpenting ialah vitamin B1, B2, asam nikotinat dan asam pantotenat.

Enzim berfungsi untuk mengolah suatu bahan menjadi bahan lain dengan jalan autolyse. Enzim yang terkenal adalah peroxydase, reductase, katalase dan phospatase. Dengan adanya pemanasan, enzim tidak akan berfungsi lagi.

2.3 Manfaat Susu

Susu memiliki banyak manfaat yang dapat berguna bagi manusia, diantaranya:

1. Susu mencegah penyakit jantung, kanker, dan stroke
2. Baik untuk gigi karena susu mampu mengurangi keasaman mulut, merangsang air liur, mengurangi plak dan mencegah gigi berlubang
3. Mengurangi resiko darah tinggi
4. Mencegah osteoporosis karena mengandung kalsium yang berfungsi untuk menguatkan tulang
5. Menetralisir racun yang terkandung pada makanan
6. Mencegah diabetes
7. Mempercantik kulit karena diperkaya dengan vitamin
8. Membantu agar lebih cepat tidur karena kandungan susu akan merangsang hormon melatonin yang akan membuat tubuh mengantuk.

2.4 Konsumsi Susu Sapi pada Anak-anak

Konsumsi susu sebaiknya dimulai dari usia dini, karena susu penting untuk pertumbuhan, dan manfaat susu terus dibutuhkan sampai usia lanjut. Segelas susu cair berukuran 150cc setara dengan susu bubuk 3 sendok makan, dalam takaran 27-30 gr yang dilarutkan dalam 150 gr air.

Perlu diperhatikan tingkat konsumsi susu pada anak-anak. Orang tua masih cenderung menilai bahwa susu adalah barang yang mahal, walaupun masyarakat sadar akan pentingnya minum susu. Hal ini dapat kita sadari Karena keterbatasan pengetahuan dan keterbatasan ekonomi masyarakat Indonesia. Mengutip data dari departemen pertanian, pola konsumsi susu di indonesia masih termasuk rendah di kawasan Asia, dalam hitungan konsumsi per liter susu per kapita dalam setahun, Indonesia berada di posisi terendah dibandingkan Malaysia, China, Vietnam dan Filipina.

Ada pula fakta unik tentang konsumsi susu sapi. Anak-anak cenderung lebih memilih minum susu yang sudah berganti wujud, dan tidak mau untuk meminum susu sapi murni yang manfaatnya jauh lebih banyak. Susu olahan biasanya sudah diolah sedemikian rupa menjadi bermacam-macam jenis. Padahal proses pengolahan itu akan menghilangkan sebagian gizi alami yang ada pada susu. Banyak yang beralasan bahwa susu olahan lebih praktis untuk dikonsumsi dan bisa didapat dimana saja

Ada juga alasan lain masyarakat kurang mengkonsumsi susu, yaitu karena susu membuat mual ketika diminum. Penyebabnya adalah kurangnya produksi laktase dalam tubuh. Laktase adalah enzim yang dihasilkan usus kecil yang berfungsi memecah laktosa yang terkandung pada susu agar dapat diserap tubuh. Tetapi bagi pnderita intoleransi laktosa, proses pemecahan

laktosa dalam tubuh tidak berlangsung sempurna sehingga laktosa yang tidak tercerna akan masuk ke usus besar dan dicerna oleh bakteri yang ada di usus besar kemudian menyebabkan perut kembung, berisi gas, dan diare. (Miftahur Roziqin, 2009).

Riset yang dilakukan Canadean, sebuah lembaga riset minuman memperoleh fakta yang cukup aneh. Pola konsumsi di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi susu cair hanya memberikan kontribusi yang kecil dibandingkan susu bubuk. Hal ini bertolak belakang dengan Negara-negara lain seperti Amerika Serikat, India, China, Malaysia, bahkan Vietnam. Di negara-negara tersebut konsumsi susu cair jauh lebih banyak karena pemahaman masyarakat dan informasi mengenai susu yang lebih baik.

2.5 Media Informasi

2.5.1 Definisi Media Informasi

Media adalah suatu alat yang dipakai sebagai saluran untuk menyampaikan pesan atau informasi dari suatu sumber kepada penerimanya. (Soeparno, 1988).

Informasi adalah sebagai data yang telah diproses sehingga mempunyai arti dan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang menggunakan data tersebut. (McFadden, dkk, 1999).

Berdasarkan pengertian diatas, definisi media informasi adalah alat yang dipakai untuk mengkomunikasikan suatu informasi dari sumbernya kepada penerima dengan tujuan penerima dapat mengerti informasi yang disampaikan.

2.5.2 Jenis-jenis Media Informasi

Pada dasarnya jenis-jenis media informasi hampir sama dengan media komunikasi atau media promosi, yang membedakan adalah dari tujuan pembuatan media tersebut.

Berikut ini adalah sebagian jenis-jenis media informasi:

2.5.2.1 Buku

Buku dalam arti luas mencakup semua tulisan dan gambar yang ditulis dan dilukiskan atas segala macam lembaran papyrus, lontar, perkamen dan kertas dengan segala bentuknya; berupa gulungan, diikat, atau dijilid dengan kulit, kain, karton, dan kayu. (Ensiklopedi Indonesia, 1980, 538).

2.5.2.2 Brosur

Meurut definisi UNESCO, “Brosur adalah terbitan tidak berkala dan tidak dijilid keras, lengkap, memiliki paling sedikit 5 halaman tetapi tidak lebih dari 48 halaman, diluar perhitungan sampul.

2.5.2.3 Buku Cerita Bergambar

Menurut Ciptanti Putri, “ Secara umum, buku cerita bergambar adalah sebuah bentuk buku yang ilustrasinya berperan penting dalam keseluruhan alur cerita.